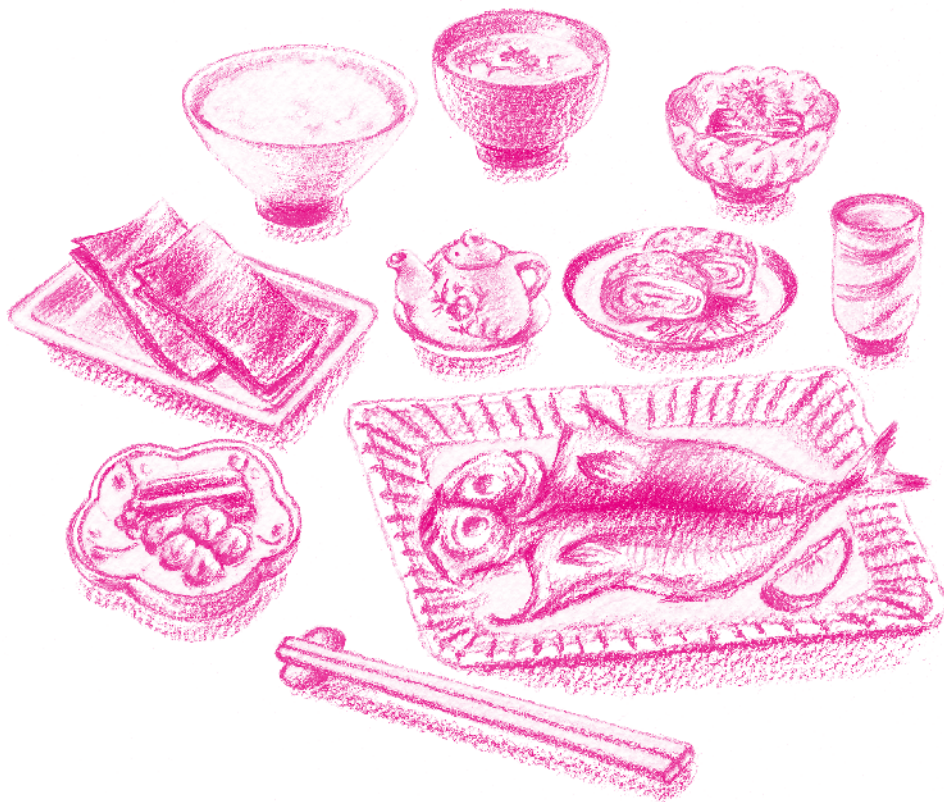
Panasonic

取扱説明書

マルチグリラー（家庭用）

品番　**NF-MG1**

保証書別添付

このたびは、パナソニック製品をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。

- 取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
- ご使用前に**「安全上のご注意」**（4〜7ページ）**を必ずお読みください。**
- 保証書は「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。

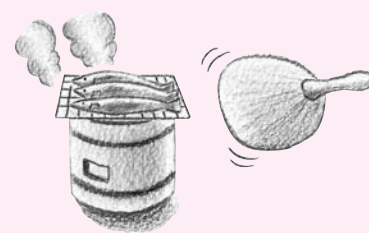
特長

簡単・おいしい 6つの マイコンオートメニューキー

生·姿焼き	とり肉	オート メニュー
切身/干物	ローストビーフ	
つけ焼き	焼きいも	

押して、メニューを選ぶだけ

マイコンがメニューに応じて、火力・温度・時間をきめ細かくコントロールし、おいしく焼き上げます。
●お好みの焼き加減も選べます。
●両面焼きなので裏返す手間もいりません。

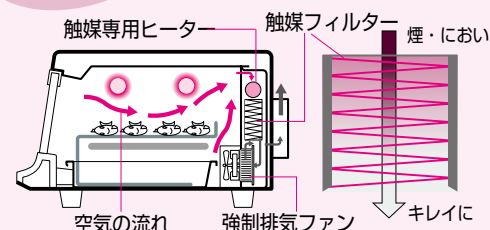
七輪焼きの 遠赤効果で おいしく焼き上げ

遠赤ブラックヒーターと、本体セラミック備長炭コートの採用で、おいしく焼き上げます。

お手入れ簡単！

●庫内はセルフクリーニングコート処理なので飛び散った脂を熱により分解します。

●受け皿とガラス窓は、外して丸洗いできます。

●焼き網は、こびり付きにくいフッ素樹脂加工採用。

触媒フィルター(多層)で 煙・においを約90%カット

調理中は、触媒専用ヒーターとファンが働いて、庫内の煙・においを強制的に触媒フィルターに通して浄化します。
●表示時間が「1分」になると除煙のみを行い、庫内の煙・においをより一層浄化します。
（上下ヒーターは切れ、触媒専用ヒーターとファンのみ通電されます。）
※触媒フィルターは交換する必要はありません

予熱なし 強火の水なし加熱で 手間なく簡単

立ち上がりの早いヒーターの採用で、庫内の温度が早く上がるため、予熱の必要がありません。
さらに、ファンで庫内の熱を常に対流させて調理物の表面を包み込むようにムラなく加熱します。
●受け皿に水を入れる必要がないので、こんがり焼き上がります。

広がるメニュー

7段階の温度設定（200～280℃）とタイマーで、オートメニュー以外にも幅広いメニューが楽しめます。

もくじ

ページ

まず 知っていただきたいこと

使い方

長く ご愛用いただくために

安全上のご注意　必ずお守りください

人への危害、財産の損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

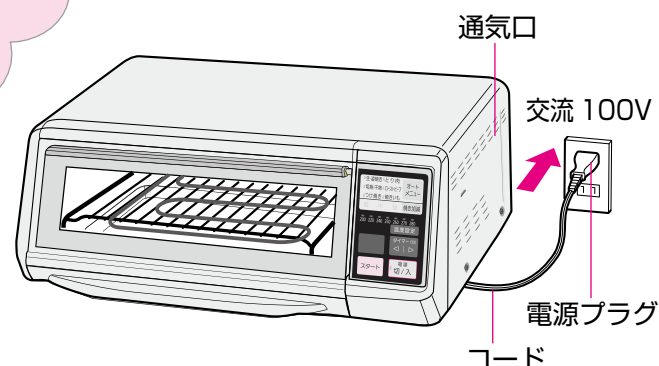
■誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を区分して、説明しています。

⚠警告 「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。	⚠注意 「傷害を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

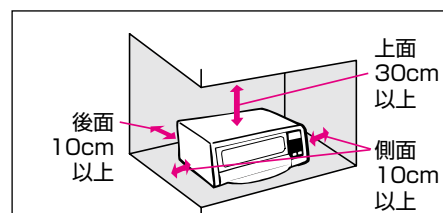
■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。

してはいけない内容です。	実行しなければならない内容です。

⚠警告

火災や、やけど、
感電などを
防ぐために…

置き場所に注意する！

カーテンなど可燃物の近くで使わない

火災の原因になります。

●周囲の壁から10cm、上面30cm以上離し、外面の通気口や排気口をふさがないでください。

子供など取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、乳幼児の手の届く所で使わない

やけど・感電・けがの原因になります。

⚠警告

コード・電源プラグは正しく扱う！

コード・電源プラグを破損するようなことはしない

傷付けたり、加工したり、熱器具に近づけたり、無理に曲げたり、ねじったり、引っ張ったり、重い物を載せたり、束ねたりしない

傷んだまま使うと、感電・ショート・火災の原因になります。

➡コード・電源プラグの修理は、販売店にご相談ください。

ぬれた手で、電源プラグの抜き差しはしない

感電の原因になります。

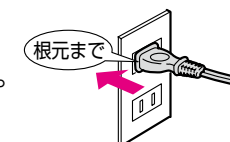
定格 15A・交流 100V のコンセントを単独で使う

他の機器と併用すると、発熱による火災の原因になります。

●延長コードも、定格 15A のものを単独で使う。

電源プラグは根元まで確実に差し込む

差し込みが不完全な場合、感電・発熱による火災の原因になります。

●傷んだ電源プラグ・緩んだコンセントは使わない。

電源プラグのほこりなどは定期的に取る

電源プラグにほこりなどがたまると、湿気などで絶縁不良となり、火災の原因になります。

●電源プラグを抜き、乾いた布でふく。

分解禁止

絶対に分解・修理・改造は行わない

発火や、異常動作によるけがの原因になります。

➡修理は、販売店にご相談ください。

水につけたり、水をかけたりしない

ショート・感電の原因になります。

異常・故障時には直ちに使用を中止する

（発煙・発火、感電、やけどのおそれあり）

異常・故障例
- ●電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
- ●コードに傷が付いたり、触れると通電したりしなかったりする。
- ●本体が変形したり、異常に熱い。
- ●ヒーターが割れている。
- ●電源が切れずに、通電し続ける。

➡すぐに電源プラグを抜いて、販売店へ点検・修理を依頼してください。

安全上のご注意 必ずお守りください（続き）

⚠ 注意

発火や、やけど、けがなどを防ぐために…

使用中や使用後しばらくは、本体や扉などの高温部に触れない
やけどの原因になります。
●焼き網・ヒーターなどにも触れない。

お手入れは冷えてから行う
やけどの原因になります。
●本体が熱いうちは持ち運ばない。

発火・火災を防ぐために…（火災の原因）

調理中は本体から離れない
調理物が発火することがあります。
●そばを離れるときは、必ず電源スイッチを切る。

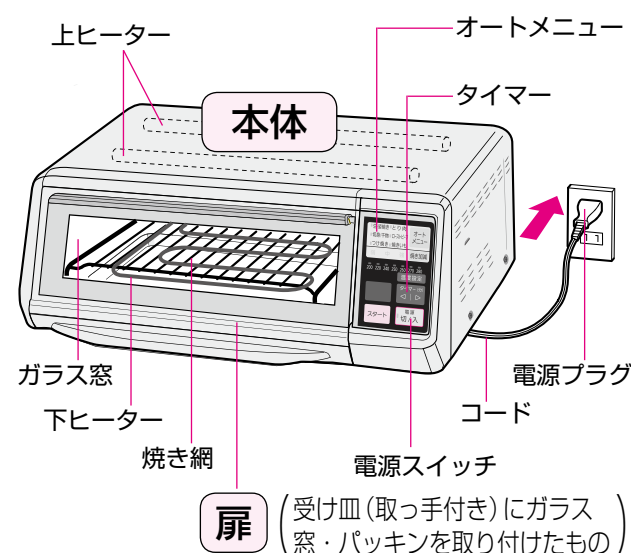
必要以上に加熱しない
加熱し過ぎると、調理物が発火する原因になります。
●オートメニューは正しく選ぶ。
●タイマー（手動）調理の時間は、正しく合わせる。

本体の上に物を載せたり、本体の下のすきまに物を入れて使わない
本体や物が変形・変質します。

受け皿に脂が残ったままで加熱しない
脂が発火することがあります。
●続けて使うときは、毎回たまった脂をきれいに洗い流す。

必ず扉を取り付けて使う
●焼き網も必ず取り付け、下ヒーターの上で直接焼かない。

調理物が発煙・発火した場合は、すぐに電源スイッチを切り電源プラグを抜く
●**炎が消えるまで扉を開けない。**（空気が入ると炎が大きくなります。）
●水をかけない。（ガラス窓が割れます。）

使用後は必ずお手入れをする
調理くずや脂分が残ったまま調理すると、発煙・発火の原因になります。

こんな場所で使わない

不安定な場所や熱に弱い敷物の上で使わない
火災の原因になります。
●じゅうたん・畳・ビニールシート・樹脂などの上。

壁や家具の近くで使わない
熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因になります。

電源プラグ・コードは…

電源プラグを抜くときは、コードを持たずに必ず先端の電源プラグを持って引き抜く
感電やショートによる発火の原因になります。

使用時以外は、電源プラグをコンセントから抜く
絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。

使用上のお願い

●**扉は奥まで確実に閉める**
（開いていると、調理物が発火したときに前面から炎が出ます。）

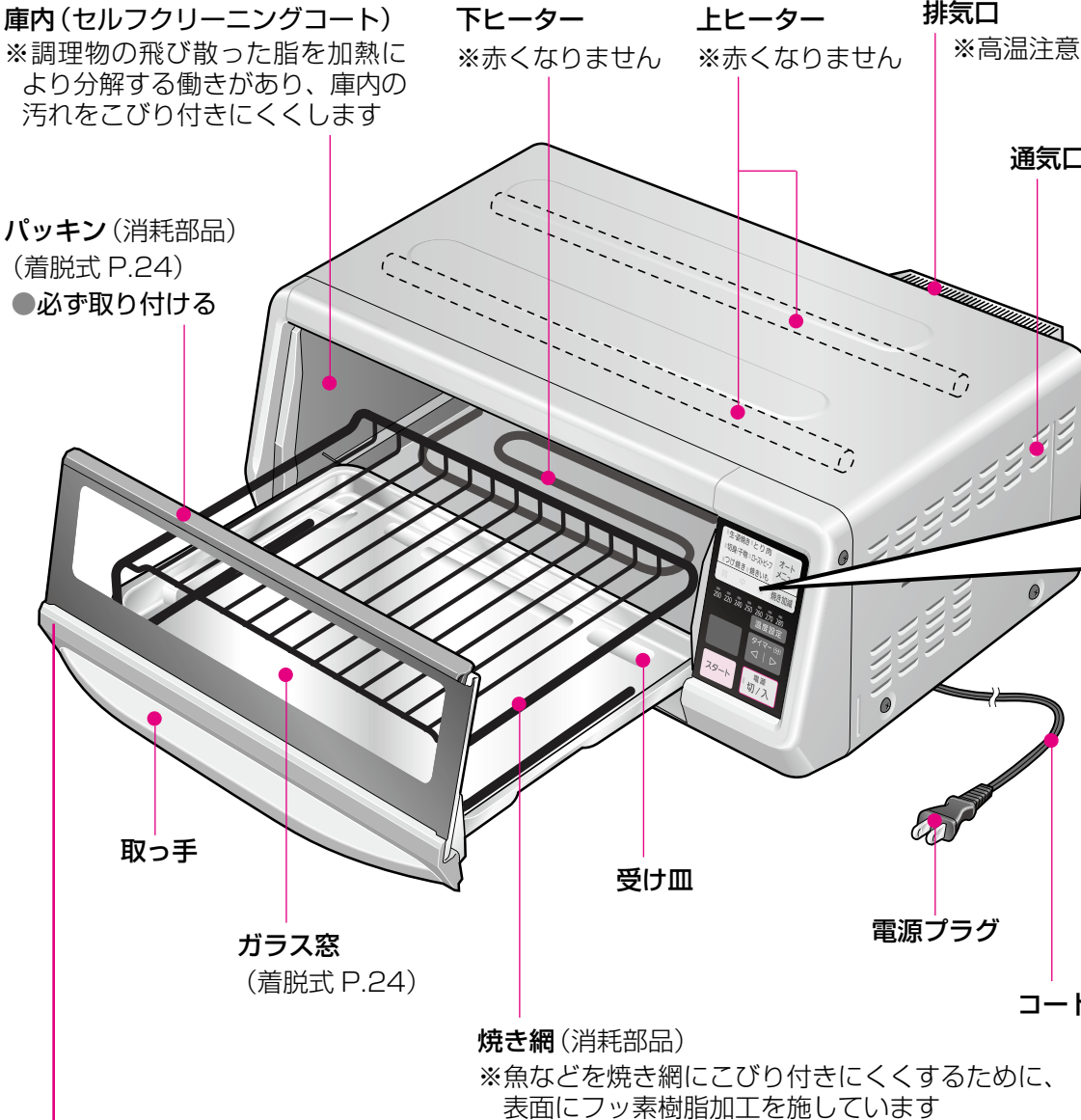
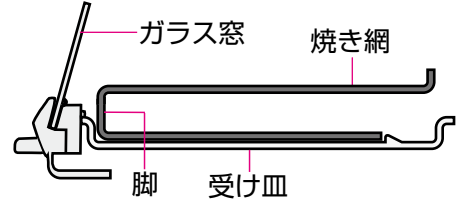
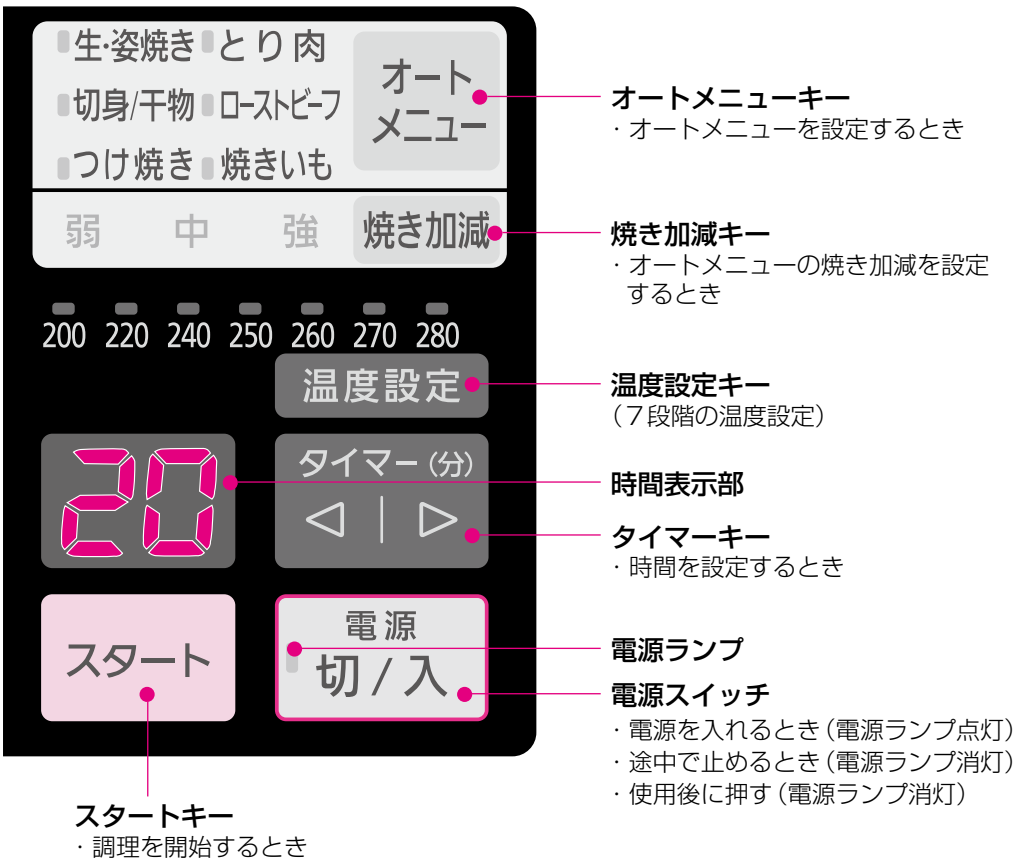
●**扉はゆっくり引き出す**
（勢いよく引き出すと、調理物が落ちて、やけどやけがの原因になります。）

●**持ち運ぶときは本体を落としたり、強い衝撃を与えない**
（変形や故障の原因になります。）

●**クッキングペーパーやグリル用の小石などは使わない**
（発煙・発火ややけどの原因になります。）

●**もち・するめなど、膨れたり反ったりしてヒーターにくっつくものは焼かない**
（ヒーターに当たると、発火の原因になります。）

●**業務用として使わない**

各部の名前

お知らせ

●上下ヒーターは通電中も赤くなりません。
●通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターに付いた脂が加熱されて、排気口から煙が出ることがあります。
●魚の脂などが下ヒーターの上に直接落ちると、瞬間的に炎や煙が出ることがあります。
●調理中に「ブーン」と音がしますが、これは庫内の空気を対流させるファンの音です。
●調理中、マイコンによりヒーターがON・OFFして火力を調節するため「カチッ」と音がしますが、異常ではありません。
●初めて使うときは、煙やにおいが出ることがありますが、ご使用に伴い出なくなります。

連続使用や長時間の加熱などによって庫内が高温になると、温度センサーが働いて一時的に通電が止まりますが、異常ではありません。
●１～２分して庫内の温度が下がると、再び通電します。

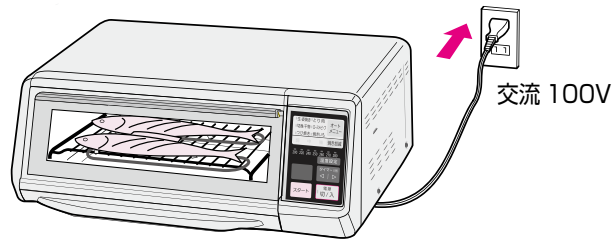
自動で焼く　準備・操作手順

準　備

①電源プラグを差し込む
②下ごしらえした調理物を**焼き網の中央に**載せ、扉を奥まで確実に閉める

⚠注意

🚫 **受け皿に脂が残ったままで加熱しない**

（脂が発火することがあります。）
●続けて使うときは、毎回たまった脂をきれいに洗い流す。

お願い

●受け皿には水を入れないでください。
（自動調理の判定が正しくできず、調理時間が少し長くなることがあります。また、水を入れると、やや香ばしさがなくなります。）

●自動調理中は、扉を開けないでください。
（自動調理のため、扉を開けるとうまく焼けません。）

材料の下ごしらえ・ポイント

●種類の異なる調理物を同時に焼かないでください。
●冷凍した調理物は、完全に解凍してから焼いてください。

生·姿焼き	●うろこをこすり取り、水洗いして表面の水けをふき取り、焼く10～15分前に両面に塩をふる。（魚の重さの約2%） 再び水で洗って水けをふき取り、尾やヒレなどにたっぷり化粧塩をする。 （焦げ過ぎや型くずれを防げます。） ※化粧塩の代わりに尾やヒレなどにアルミ箔を巻いてもよい。 ●川魚は、焼く直前に塩をふる。 ●厚みのある魚は表面が焦げやすいので、厚さ4cm以下のものを使う。 ●あじなどは表面に切れ目を入れると、きれいに仕上がります。
切身/干物	●皮の付いた切り身は、皮に切れ目を入れると火の通りがよくなります。 ●干物は皮面を下にして焼き網に載せると、尾が反らずにきれいに仕上がります。 ●厚みのある魚は表面が焦げやすいので、厚さ4cm以下にする。
つけ焼き	●たれを切ってから焼き網に載せる。 （塩分などにより、下ヒーターの寿命を縮めます。）
とり肉	●皮面にフォークで穴を開け、塩・こしょうする。 ●皮面を上にして焼き網に載せる。（皮が香ばしく焼き上がります。）
ﾛｰｽﾄﾋﾞｰﾌ	●厚さ約4cm、重さ約400ｇ以下のものを使う。 ●全体に塩・こしょうをする。（肉の重さの1%）
焼きいも	●直径約5cm以下のものを使う。

●食材の状態（季節・鮮度・脂ののりぐあいなど）によってはうまく焼けないことがあります。

操　作　手　順

1 [電源 切/入] を**少し強めに**押す
（電源ランプ点灯）

2 [オート メニュー] でメニューを選ぶ

［例］生·姿焼きの場合
点滅 ─ 生·姿焼き／とり肉／切身/干物／ﾛｰｽﾄﾋﾞｰﾌ／つけ焼き／焼きいも

●押すごとにランプが順次移動
（生・姿焼き→切身/干物→つけ焼き→とり肉→ﾛｰｽﾄﾋﾞｰﾌ→焼きいも→生・姿焼き…）

■オートメニューキーを押すと、「中」が点灯。

弱　中　強　焼き加減

●標準材料で、ほどよい色になる焼き加減を「中」で設定しています。
●調理物の種類・大きさなどで焼き色が変わるため、好みに応じて焼き加減を設定してください。
（P.12～13）

■ [焼き加減] を押すごとに点灯表示が順次移動
（中→強→弱→中…）

3 [スタート] を押す（調理スタート）

●でき上がりまでの目安時間が表示されます。

点滅（時間を判定中）
点灯（確定）

※焼き時間を自動的に調節して焼き上げます。
※表示時間は1分刻みで減っていきます。
※点滅から点灯に変わると、点滅時の表示時間より長くなったり、短くなったりします。
（点滅時から数分変わることがあります。）

●調理が終了すると…
ブザーが鳴り、自動的にヒーターが切れます。

4 調理物を取り出す

●扉はゆっくり引き出す。

●使用後は
[電源 切/入] を**少し強めに**押し（電源ランプ消灯）
電源プラグを抜く。

●途中で止めるときは
[電源 切/入] を**少し強めに**押す。
（すべてのランプが消灯）

●続けて焼くときは
操作手順2からセットする。

●オートメニューキーの選択を間違ったときは
▶30秒未満であれば
[電源 切/入] を押し、（すべてのランプが消灯）再度、操作手順1からセットしてください。
▶30秒以上たった場合はうまく焼けないため、タイマー（手動）（P.14）で焼けぐあいを見ながら焼いてください。

●オートメニューキーを押したあと「焼き加減」を変更するときは
▶30秒未満であれば変更できます。
▶30秒以上たった場合は、変更できません。

●追い焼きをするときは
タイマー（手動）（P.14）で焼けぐあいを見ながら焼いてください。
（さらに焼き色を付けたいとき：「280」
焦がさずに加熱したいとき：「200」）
※焼くときはそばを離れないでください。

自動で焼く 焼き加減の目安

●焼けぐあいは、調理物の種類・大きさ・数・鮮度や季節などにより異なります。

	弱	中	強
	塩分多め・小さめ・薄め・たれ付きなど	標準材料	大きめ・水分多め・皮が銀色のものなど
生·姿焼き	塩さんま 一塩いわし	あじ・さんま・いわし・真鯛・レンコ鯛・いとより・ハタハタ・かわはぎ・いさき・とびうお・生にしん・あゆ・にじます・あまご	鯛（400ｇ以上） あじ（250ｇ以上） ひらあじ・甘鯛
	（小さめ・塩分の多いもの）◀	生魚	▶（大きめ・水分の多いもの）
切身/干物		甘塩鮭 塩さば 一塩ほっけ	鯛・生さば・生鮭・すずき・さわら・甘鯛・太刀魚・まながつお
		一塩ものの切り身	生の切り身
	ししゃも	あじの開き・さんまの開き・かますの開き・ほっけの開き・干しハタハタ・かれいの一夜干し・あじ丸干し・身欠きにしん	
	（小さめ・薄め）◀	干物	
つけ焼き	手作りのみりんづけ	ぶりのつけ焼き さわらや鯛のみそづけ しょうゆづけ	甘鯛のみそづけ
		つけ焼き	
とり肉	ももつけ焼き 焼き鳥（串）	もも塩焼き 手羽先塩焼き 手羽元塩焼き	骨付きもも塩焼き
	（小さめ・つけ焼きのもの）◀	鶏肉	▶（大きめ・厚みのあるもの）
ローストビーフ	（厚さ2～3cm）	牛肉 （厚さ3～3.5cm）	（厚さ3.5～4cm）
	（薄め）◀	牛肉	▶（厚め）
焼きいも		さつまいも （直径4cm程度）	（直径5cm程度）
		さつまいも	（大きめ）

■ 調理時間例

メニュー		焼き時間の例	
あじの塩焼き（長さ約25cm・重さ約180ｇ）	1～3尾	中	15～19分
さんまの塩焼き（長さ約28cm・重さ約150ｇ）	1～4尾	中	13～19分
甘塩鮭／切身（長さ約16cm・重さ約60ｇ）	1～4切	中	10～12分
あじの開き／干物（長さ約22cm・重さ約100ｇ）	1～2枚	中	10～12分
ぶりのつけ焼き（長さ約10cm・重さ約75ｇ）	1～4切	中	10～13分
さわらのみそづけ（長さ約10cm・重さ約75ｇ）	1～4切	中	10～13分
もも肉塩焼き（大きさ約15cm×10cm・重さ約250ｇ）	1～2枚	中	15～20分
ローストビーフ（厚さ約3.5cm・重さ約300ｇ）	1～2個	中	19～23分
焼きいも（直径約4cm）	1～3本	中	23～25分

お願い

「うるめいわしの丸干し」・「みりん干し」・「市販のみりんづけ」・「鶏の内臓類」は自動ではうまく焼けません。

●タイマー（手動）で焼いてください。（P.14）

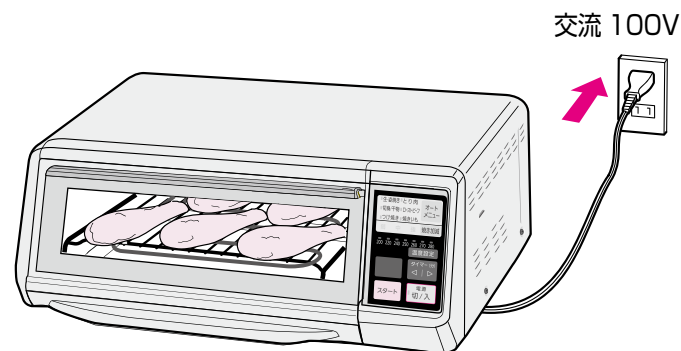
お知らせ

- 厚みのある魚は焼き加減が「弱」でも焦げ色が付くことがあります。
- 塩焼き・一塩ものは、塩分濃度が高いほど焼けやすくなります。
- 脂がよくのっている魚は、焼き色が付きやすくなります。
- 地鶏は少し濃く焼けることがあります。
- 水分の多い魚や、小あじ・小いわしのように小さい魚は、焼き色が付きにくくなります。
- つけ焼きは、つける時間が長いものや、味の濃いものが、焦げやすくなります。
- 皮が銀色っぽく光沢のあるものは、熱を反射しやすいので「強」で焼いてください。

■つけ焼きのたれの基本配合

しょうゆ	大さじ4	30分つける
みりん	大さじ3	
砂糖	大さじ2	
酒	大さじ1	

タイマー（手動）で焼く 準備・操作手順

準　備

交流 100V

①電源プラグを差し込む

②下ごしらえした調理物を焼き網の中央に載せ、扉を奥まで確実に閉める

⚠注意

🚫 受け皿に脂が残ったままで加熱しない

（脂が発火することがあります。）

●続けて使うときは、毎回たまった脂をきれいに洗い流す。

材料の下ごしらえ・ポイント

●冷凍した調理物は、完全に解凍してから焼いてください。

●タイマーで魚を焼くときのポイント

加熱すると反る魚は

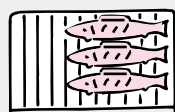
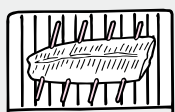
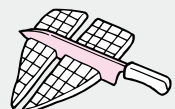
ヒーターにつくと発火するため、焼き網のほぼ中央に置く。

いか	切れ目を入れ、大きなものは切り分ける。
あなごなど	串をさす。
かたまり肉	もも肉などの筋の少ない部位を使う。

小さめの魚（うるめいわしなど）は

尾や皮などの薄い部分が焦げやすいので、焼き網の端に寄せる。

表面が乾燥した魚は

焼き上がりの形が悪くなったり、表面がパサつきやすくなるので、さっと水にくぐらせてから焼く。

お願い

●使用する器について

底面がざらついていない、耐熱製の容器を使ってください。

ざらつきのある器を使う場合は、焼き網の上にアルミ箔を敷いてください。

（焼き網に直接載せるとフッ素樹脂加工を傷めます。）

※アルミ箔を使うと、焼けにくくなることがありますので、様子を見ながら調理時間を調節してください。

●アルミ箔を使う場合

アルミ箔がヒーターに触れないようご注意ください。

（アルミ箔がヒーターの熱で溶けて付着し、故障の原因になります。）

操　作　手　順

1 電源 切／入 を少し強めに押す

（電源ランプ点灯）

2 温度設定 でメニューに応じた温度を選ぶ（P.16）

●押すごとにランプが順次移動

（200→220→240→250→260→270→280→200…）

■ 温度設定 を押すと、「200」が点滅。

※温度は、調理中でも自由に変更することができます。

3 タイマー（分）◁｜▷ でメニューに応じた調理時間を合わせる（P.16）

■押すごとに

減少（30→29…1→30）　増加（1→2…30→1）

■調理時間は1分から30分まで1分刻みで設定できます。

（押し続けると早送りができます。）

※調理時間は、調理中でも自由に変更することができます。

4 スタート を押す（調理スタート）

※調理時間が「0分」のときは受け付けません。

●合わせた時間が完了すると…

ブザーが鳴り、自動的にヒーターが切れます。

※調理時間を「1分」に設定したときは、約30秒間ヒーターが入り、残りの約30秒間は除煙のみを行います。

5 調理物を取り出す

●扉はゆっくり引き出す。

●器で焼いたものは、必ず鍋つかみ（ミトン）で取り出す。

●使用後は

電源 切／入 を少し強めに押し（電源ランプ消灯）

電源プラグを抜く。

●途中で止めるときは

電源 切／入 を少し強めに押す。

（すべてのランプが消灯）

●続けて焼くときは

操作手順2からセットする。

タイマー（手動）で焼く 温度設定の目安

メニュー例	数量	温度	調理時間（初回の目安）	ポイント
焼きりんご	1～2個	220	25～30分	•りんごを半分に切り、芯をくりぬく。 •くりぬいた穴に、りんご½個につきグラニュー糖5g、バター5～10gを入れる。 •アルミ箔を敷いた器に入れて焼く。
みりん干し	小6枚	240	4～8分	厚みのあるもの：6～11分
エリンギ	1～2本	240	5～10分	•縦半分に切り、オリーブオイルを振りかける。 •アルミ箔の上に置いて焼く。 しいたけでもよい。
フライ温め （常温のコロッケ、から揚げなど）	コロッケ 4個	260	5～8分	※冷凍コロッケは割れることがあります。
焼きなす	1～3本	270	14～18分	直径5cm以下
アスパラガス	1～4本	270	5～10分	ししとう、おくらでもよい。
スパニッシュオムレツ	1～2個	270	8～10分	•野菜（じゃがいも・たまねぎなど）やベーコンを小さく薄く切り、バターでいため、卵と混ぜる。 •アルミカップ（大）に入れて焼く。
うるめいわしの丸干し	中 8～10尾	280	7～9分	
厚揚げ田楽	1枚	280	8～10分	•厚揚げを厚さ半分に切り、白い面に田楽みそを塗る。 •アルミ箔の上に置いて焼く。
冷凍ピザ 6インチ：直径約15cm（約150g）	1枚	280	8～10分	アルミ箔は使わない
焼きおにぎり 1個約100g・厚さ約3cm	4個	280	10～15分	•4～5分たったら、ハケでしょうゆを塗る。 冷凍の焼きおにぎりは、アルミ箔で包み、長めに焼く。
焼きとうもろこし	2本	280	10～15分	•とうもろこしはゆでておく。 •途中でタレを塗りながら焼く。 直径5cm以下
牛タン塩焼き	6枚	280	4～6分	
いかの姿焼き	2はい	280	9～11分	•いかは内臓を取り除き、両面に切れ目を入れる。 •しょうゆ、みりん各大さじ4、砂糖大さじ1を合わせたタレに30分つけ込む。 •よくタレを切ってから焼く。
さざえのつぼ焼き	5個	280	11～13分	高さ5cmまで。 他の貝類は焼かない。
マカロニグラタン（手作り）	舟形2皿	280	8～12分	ホワイトソースベース
フランクフルト	4本	280	8～10分	表面に切れ目を入れておく。

※器の種類・大きさなどによってはメニューの目安時間ではうまく焼けない場合があります。様子を見ながら焼いてください。
※厚みのある調理物は、焦げやすくなります。

メニュー

※エネルギー表示は、表記の材料で作ったときの目安です
※材料に添え物などは含みません

タンドリーチキン

1本あたり 151kcal　240℃ 20～25分

材料（10本分）

鶏手羽元…… 10本

A
- 塩…… 小さじ1
- こしょう…… 少々
- レモン汁…… ½個分

B
- プレーンヨーグルト… 200ml
- しょうが（すりおろす）…… 1片
- にんにく（すりおろす）…… 2片
- カレー粉…… 大さじ2
- ガラムマサラ…… 大さじ1
- ケチャップ…… 大さじ1
- パプリカ…… 小さじ1
- ナツメグ…… 少々
- 塩…… 小さじ½

※ガラムマサラとは…
インド料理で一般的に使われるミックススパイスのことで、最近ではスーパーなどで購入することができます。

作り方

①鶏手羽元にAをまぶす。

②①をBに約2時間つけ込む。

③焼き網にたれを切った②を並べ、「240」で20～25分焼く。

牛肉のねぎみそ焼き

1枚あたり 183kcal　250℃ 10～15分

材料（6枚分）

牛肉（厚さ約1cmのもの）…… 6枚（300g）

A
- 白ねぎ（小口切り）…… 1本
- みそ…… 大さじ2
- すりごま…… 大さじ3
- 砂糖…… 大さじ2
- 卵黄…… 1個分

作り方

①Aを混ぜ合わせる。

②焼き網に牛肉を並べ、その上に①を塗るようにして載せる。

③「250」で10～15分焼く。

豚肉のマスタード焼き

1枚あたり 59kcal　280℃ 素焼き4～6分 仕上げ5～7分

材料（8枚分）

豚ヒレ肉…… 300g
塩・こしょう…… 各少々

A
- 粒マスタード…… 大さじ1
- マヨネーズ…… 大さじ1
- レモン汁…… 大さじ½
- たまねぎ（みじん切り）… 大さじ1
- パセリ（みじん切り）… 大さじ1

作り方

①豚ヒレ肉は約1.5cm厚さに切り、たたいて1cm程度に伸ばし、塩・こしょうする。

②焼き網に豚ヒレ肉を並べ、「280」で4～6分素焼きする。

③②の上に混ぜ合わせたAを塗り「280」で5～7分焼く。

豚肉のしょうが焼き

①豚ヒレ肉は、約1cm厚さに切ってたたいて伸ばし、たれ（濃口しょうゆ・しょうが汁各大さじ3、砂糖大さじ2、酒大さじ4を合わせたもの）に約30分つける。

②焼き網にたれを切った①を並べ、「280」で8～12分焼く。

いわしのプロバンス風

1皿あたり 982kcal　240℃ 10～15分

材料(20cm×13cmの耐熱皿1皿分)

- いわし……………………(中)6尾
- 塩・こしょう……………各少々
- A レモン汁・タイム …各少々
- トマト(湯むきして薄い輪切り)… 1個
- レモン(輪切り) …………½個
- B
  - パン粉 ………………20g
  - にんにく(みじん切り)…½片
  - パセリ(みじん切り)……少々
  - 粉チーズ ………… 大さじ2
  - オリーブ油 ……… 大さじ1

作り方

①いわしはうろこ・頭・内臓・中骨を取り、腹開きにして尾を取る。塩・こしょうをしてからAをかける。

②耐熱皿に薄く油(分量外)を塗り、いわし・トマト・レモンの順に斜めにずらしながら並べる。

③②の上面全体に合わせたBを載せ、上から軽く押さえる。

④焼き網に器ごと載せて「240」で10～15分焼く。

白身魚のトマトソース焼き

1皿あたり 760kcal　240℃ 14～16分

材料(20cm×13cmの耐熱皿1皿分)

- 白身魚の切り身……………半身
- 塩・こしょう……………各少々

トマトソース

- たまねぎ(みじん切り) …½個
- にんにく(すりおろす) …½片
- オリーブ油…………… 大さじ1
- トマトの水煮(缶) ………½缶
- 塩・こしょう……………各少々

たまねぎ・にんにくを油でいため、トマトの水煮を加えて煮詰め、塩・こしょうをする。

作り方

①白身魚に塩・こしょうをして耐熱皿に並べトマトソースをかける。

②焼き網に器ごと載せて「240」で14～16分焼く。

応用　白身魚のマヨネーズソース焼き

マヨネーズソース

- マヨネーズ…………… 大さじ2
- 牛乳……………………… 大さじ1
- こしょう…………………………少々
- たまねぎ(みじん切り)… 大さじ2
- パセリ(みじん切り)……大さじ½

※混ぜ合わせたマヨネーズソースをかけ､「240」で10～12分焼く。

簡単ふくさ焼き

1皿あたり 434kcal　270℃ 調理 7～9分 余熱 6～8分

材料(20cm×13cmの耐熱皿1皿分)

- 木綿豆腐……………… 200ｇ
- 卵…………………………M寸3個
- A
  - 薄口しょうゆ …… 小さじ2
  - 粉末だし ………… 小さじ1
- 干ししいたけ …………………… 2枚
- (水で戻し、石突きを取り千切り)
- ひじき(水で戻す) ……… 5ｇ
- 青ねぎ(斜め切り) ……… 1本
- いりごま…………………………適量

作り方

①豆腐は重石をして充分に水けを切る。水切り後、手でほぐす。

②ボウルに卵を溶きほぐし、Aを加えてよく混ぜる。

③②の中に①と下ごしらえした干ししいたけ・ひじき・青ねぎを加えて混ぜ、いりごまをふり、耐熱皿に入れる。

④焼き網に器ごと載せて「270」で7～9分焼く。焼けたら庫内に入れたまま余熱で6～8分放置する。

※金属製の耐熱容器を使うと「す」が入るため、陶器製のものがおすすめです。

なすの肉みそ焼き

1皿あたり 516kcal　280℃ 素焼き 4～6分 仕上げ 9～11分

材料(20cm×13cmの耐熱皿1皿分)

- 鶏ひき肉………………………100g
- 油……………………… 大さじ1½
- A
  - 赤みそ …………… 大さじ2
  - 砂糖 …………… 大さじ1½
  - 酒 ………………… 大さじ1
  - 水 ……………………50ml
- なす(輪切り) ……… 1～2個
- 白ねぎ(斜め切り) ……… 1本
- 木の芽(またはゆず) ……少々

作り方

①小鍋に油(大さじ½)を熱してひき肉をいため、肉の色が変わったらAを加え、練るように混ぜ、肉みそを作る。

②切ったなすと白ねぎを耐熱皿に並べる。

③②に油(大さじ1)をまんべんなく振りかけ、焼き網に器ごと載せて「280」で4～6分焼く。

④③の上に①の肉みそを載せ、「280」で9～11分焼く。

※お好みで木の芽などを飾る。

じゃがいもとなすのミートソースグラタン

1皿あたり 1,466kcal　280℃ 7～9分

材料(直径約20cmの耐熱皿1皿分)

ミートソース

- たまねぎ(みじん切り) ……… 1個
- にんにく(みじん切り) ……… 1片
- 合いびき肉…………………………200g
- トマトの水煮(缶) …1缶(400ｇ)
- A
  - ケチャップ …………… 大さじ2
  - 塩 ……………………… 小さじ1
  - こしょう ……………………少々

- じゃがいも……… (中)2個
- 塩………………………… 少々
- こしょう……………… 少々
- なす……………… (中)2個
- オリーブ油……… 大さじ2
- バター………………… 少々
- ピザ用チーズ…………80g
- パセリ………………… 少々

作り方

①鍋にオリーブ油(大さじ1)を熱してたまねぎ･にんにくをいため、たまねぎが色付いてきたら、合いびき肉を加えてほぐしながらいためる。

②トマトの水煮を手でつぶして①に加え、缶汁も加えて時々混ぜながら水けがなくなるまで煮詰め、Aで味を調える。

③じゃがいもは薄い輪切りにして水にさらし、熱湯に入れて透き通るくらいにやや硬めにゆで、ざるに広げて塩・こしょうする。

④なすは約5mm厚さの輪切りにし、オリーブ油(大さじ1)で軽くいため、塩・こしょうする。

⑤耐熱皿にバターを塗り、半分はミートソースとじゃがいも、残りの半分はミートソースとなすをそれぞれ2～3段の層にして重ね、全体にチーズを載せる。

⑥焼き網に器ごと載せて「280」で7～9分焼く。

※彩りにパセリを散らす。

味付き焼き豚

1個あたり 339kcal　260℃ 20分

材料（1個分）

豚肉ももかたまり（厚さ3cm以下）……180～200g

うすだれ
- 濃口しょうゆ……大さじ2
- 酒……大さじ2
- 砂糖……小さじ1
- すりごま……小さじ1
- にんにく（すりおろす）…1片
- しょうが（すりおろす）…1片
- 長ねぎ（みじん切り）…3cm

作り方

①豚肉のかたまりをうすだれに5時間以上つける。
②焼き網にたれを切った①を載せて「260」で20分焼く。

応用　こいだれ
※うすだれよりも焦げやすくなります
- 濃口しょうゆ……大さじ3
- 酒……大さじ2
- 砂糖……大さじ2
- みそ……大さじ2
- すりごま……大さじ1
- にんにく（すりおろす）…1片
- しょうが（すりおろす）…1片
- 塩……小さじ½

鮭のホイル焼き

1個あたり 151kcal　280℃ 20分

材料（2個分）
- 鮭（切り身）……2切れ
- たまねぎ（薄切り）……½個
- にんじん（千切り）……¼本
- しめじ……30g
- 絹さや……6枚
- バター……少々
- 塩・こしょう……少々
- 酒……大さじ1

作り方

①絹さやは筋を取り、しめじは石づきを除き、ほぐす。
②アルミホイルにバターを薄く塗り、たまねぎ、にんじんを広げ、その上に鮭を置き、塩・こしょうをする。
③②の上に絹さや、しめじを載せ、酒を振りかけ、ふんわりと包む。
④焼き網に載せて「280」で20分焼く。

ヘルシーフライ（エビフライ）

1尾あたり 44kcal　240℃ 10～12分

材料（2～3人分）
- えび（大）……6～8尾
- 塩・こしょう……適量
- 小麦粉……適量
- 卵……適量
- A パン粉…22.5g（½カップ）
- A サラダ油……大さじ1

作り方

①下処理したえびに塩・こしょうで下味を付け、小麦粉→卵→よく混ぜ合わせたAを順につける。
②焼き網にアルミ箔を敷き、①を並べる。
③「240」で10～12分焼く。

※アルミ箔が、ヒーターに触れないように注意する。

ミニお好み焼き

1個あたり 140kcal　270℃ 10分

材料（直径約8cmのアルミカップ4～6個分）
- A お好み焼き粉…100g（½カップ）
- A 卵……1個
- A 水……100ml
- キャベツ（千切り）……125g
- 白ねぎ（みじん切り）…25g
- 紅しょうが（みじん切り）…5g
- 豚バラ薄切り肉……1枚
- ソース……適量
- 青のり……適量
- かつおぶし……適量

作り方

①Aを混ぜ合わせ、生地を作る。
②①にキャベツ、白ねぎ、紅しょうがを加えて混ぜる。
③②を油（分量外）を薄く塗ったアルミカップの半分程度まで分け入れ、上から豚肉を載せる。
④焼き網に載せて「270」で10分焼く。
⑤ソースを塗り、青のり、かつおぶしを振りかける。

鶏肉の香草焼き

1枚あたり 144kcal　260℃ 10～15分

材料（4枚分）
- 鶏むね肉……400g
- 白ワイン……大さじ2
- A 塩・こしょう……少々
- A にんにく（みじん切り）…1片
- A 乾燥パセリ……大さじ1
- A 乾燥バジル……大さじ1
- オリーブ油……大さじ1

作り方

①鶏むね肉を厚みが1～2cmになるように観音開きにし、約100g程度の大きさに切る。
②鶏肉に白ワインをふり、Aをすりこみ、約30分おく。
③耐熱皿に②を皮が上になるように載せ、オリーブ油をかける。
④焼き網に器ごと載せて「260」で10～15分焼く。

りんごのプディング

1皿あたり 588kcal　200℃ 20～25分

材料（直径18cmの耐熱容器1皿分）
- りんご……（中）½個
- 卵……1個
- 砂糖……大さじ3（27g）
- 塩……ひとつまみ
- 小麦粉……大さじ2（16g）
- 牛乳……150ml
- 生クリーム……50ml
- バター……適量
- 粉砂糖……適量

作り方

①りんごは8等分にし、皮と芯を取り除き、5mmの厚さに切る。
②ボウルに卵を割りほぐし、砂糖、塩、小麦粉、生クリーム、牛乳を順に加え、都度なめらかになるまで混ぜ合わせる。（最後にこし器でこすとよい）
③耐熱容器にバターを薄く塗り、りんごを並べ、②のソースを流し入れる。
④焼き網に容器ごと載せて「200」で20～25分焼く。
⑤あら熱が取れたら、粉砂糖を振りかける。

お手入れ

ご使用のたびに ●電源プラグを抜き、冷えてから行う。

焼き網のフッ素樹脂加工を傷めないために…

●やわらかいスポンジで洗う！
（金属製たわし、スポンジのナイロン面、ナイロン製ネットに入ったスポンジ、食器洗い乾燥機で洗わない）

●早めに洗って乾かす！
（汚れた状態や水につけた状態で放置しない）

※フッ素樹脂加工がはがれた場合、こびり付きに影響が出ますが調理上差し支えありません。
サラダ油を塗ってお使いください。

■洗剤を使うときは…

●台所用洗剤（中性）を薄めて使う。

■次のものは使わない！

●酸性、アルカリ性の強い洗剤（変色します）
●ベンジン・シンナーや磨き粉（表面が傷つきます）
●食器洗い乾燥機（パッキン・樹脂部が変形します）

セルフクリーニングコートの効果を保つために空焼きをしましょう！

5～6回の使用ごとに

①焼き網を外す
②扉と受け皿をセットする
③ 温度設定 で温度を「280」に設定する
④ タイマー(分) ◁ | ▷ で時間を「20」分に設定する
⑤ スタート を押す

※焼き網・受け皿の出し入れをするとき、強く当てないように注意してください。

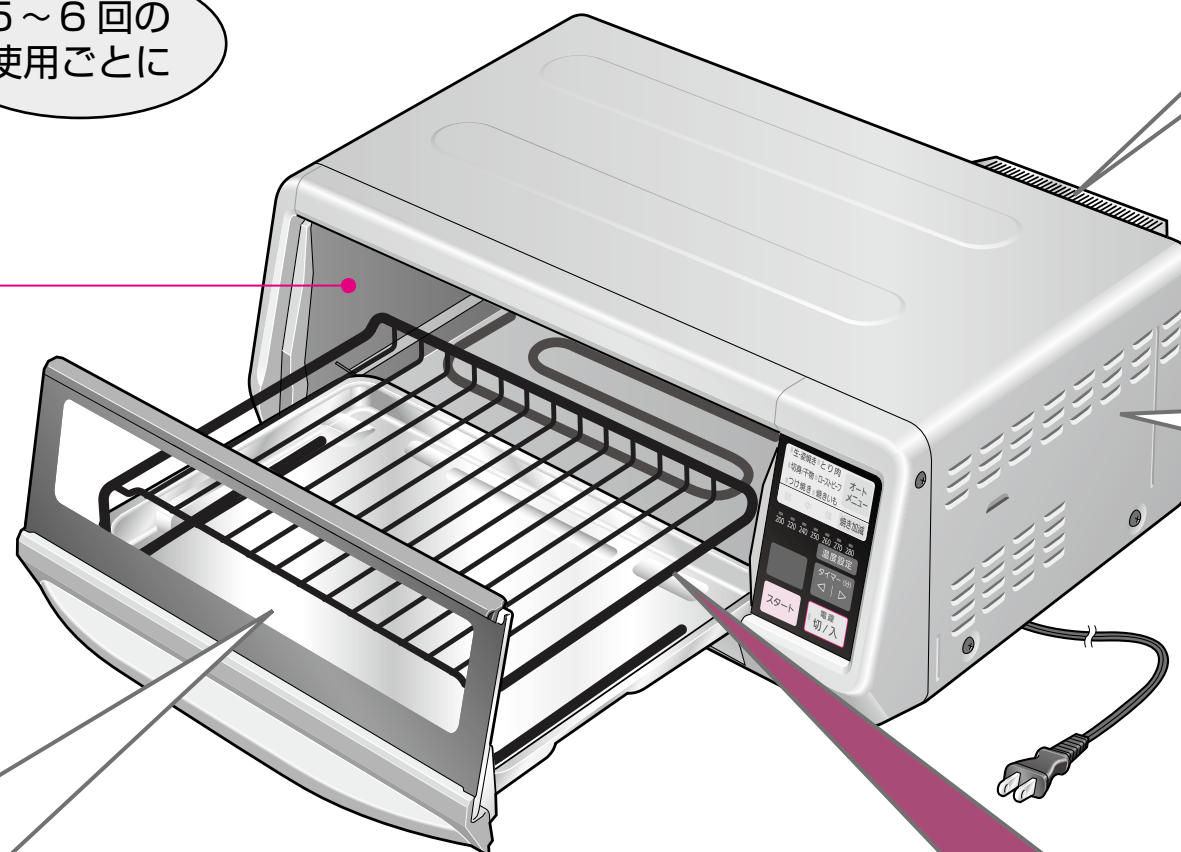
排気口

ほこりをふき取る

●ほこりが付いたままで使うと、故障の原因になります。

本体

よく絞ったぬれぶきんでふく

※庫内の底面にたまった脂は、定期的にふく。

ガラス窓・パッキン

取り外して、水洗いする

●取り外し方 （P.24）

※ガラス窓を傷つけないでください。（割れる原因になります。）

※ご使用のたびにお手入れすると、汚れがこびり付きにくくなります。

上下ヒーターには触らない

※破損の原因になります。

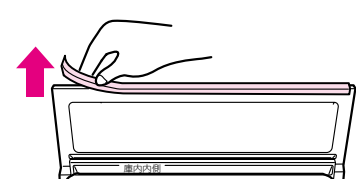
焼き網・受け皿

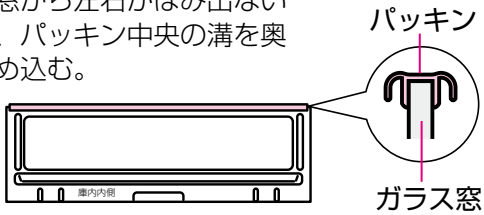
水洗いし、乾燥させる

●ぬれたまま本体にセットすると、本体がさびる原因になります。

お手入れ　取り外し・取り付け方

■外すとき

端から引っ張って外す。

■付けるとき

ガラス窓から左右がはみ出ないように、パッキン中央の溝を奥まではめ込む。

パッキン

ガラス窓

お願い

●ガラス窓・パッキンは、正しく取り付けてください。

（取り付け方が悪いと、扉がきちんと閉まりません。パッキンを付け忘れると、調理物が発火したときに前面から炎が出やすくなります。）

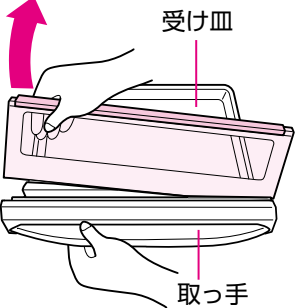
3

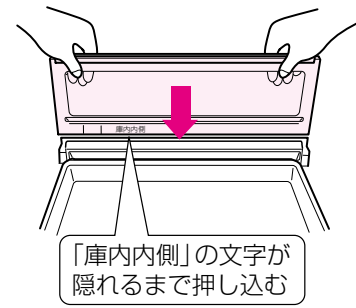
2

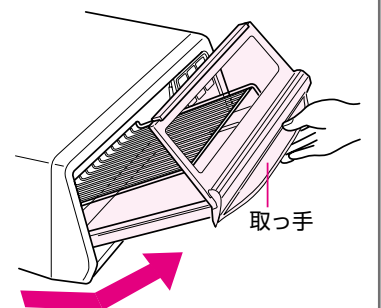
1

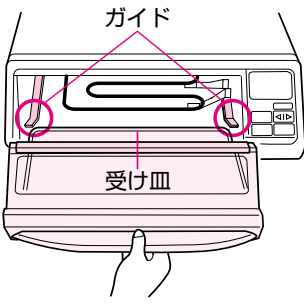
■外すとき

取っ手を押さえて受け皿から引き抜く。

※片方ずつ行うと外れやすくなる

■付けるとき

取っ手に左右をそろえて「カチッ」と音がするまで押し込む。

■外すとき

取っ手を持って止まるまで引き出し、斜め上に引き上げる。

■付けるとき

左右のガイドの下に、斜め上から受け皿を添わせてはめ込み、取っ手を持って奥まで押し込む。

故障かな？（故障ではありません。修理を依頼される前にご確認を。）

こんなときは	ここを確かめてください
電源スイッチを入れても通電しない	電源プラグが抜けていませんか？ 少し強めに電源スイッチを押しましたか？
焼き色が極端に淡い	庫内の温度が異常に上がると、温度センサーが働いて一時的に通電が止まる場合があります。(P.9) →1～2分後に再び通電しますので、そのまま焼けぐあいを見ながら調理を続けてください。
調理中に「ブーン」と音がする	異常ではありません。庫内の熱を対流させるファンの音です。
調理中に「カチッ」と音がする	異常ではありません。マイコンによりヒーターをＯＮ・ＯＦＦさせて火力を調節するときの音です。
調理中庫内で、瞬間的に炎が出たり排気口から煙が出る	異常ではありません。 魚の脂などが下ヒーターの上に直接落ちると、瞬間的に炎や煙が出ることがあります。 また、脂の多いものを焼くと、脂から発生するガスが燃えることがあります。
調理中に排気口やガラス窓の周囲から煙が出る	通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されて、煙が出ることがあります。
オートメニューを使うと、時間表示が点滅する	焼き上がりにかかる時間を判定しています。 時間が確定すると表示は点灯します。(P.11)
U11 が時間表示部に表示された	調理物や受け皿に落ちた脂が発火したときに、温度センサーが働いて、調理が途中で停止したことをお知らせしています。 →電源スイッチを切って調理物を取り出し、受け皿をお手入れしてから再び操作を行ってください。
H1 が時間表示部に表示された	お買い上げの販売店に修理をご相談ください。

消耗部品の購入について

パナソニック製品取扱店でお求めください。　[2009年2月現在]

部品名	部品番号	希望小売価格
焼き網（消耗部品）	ＡＦＫ04－164	1,470円（税抜 1,400円）
パッキン（消耗部品）	ＡＦＦ54－148	315円（税抜　300円）

保証とアフターサービス（よくお読みください）

修理・お取り扱い・お手入れ
などのご相談は…
まず、お買い上げの販売店へ
お申し付けください

転居や贈答品などでお困りの場合は…

- **修理は**
  サービス会社・販売会社の「修理ご相談窓口」へ！
- **使いかた・お買い物などのお問い合わせは**
  「お客様ご相談センター」へ！

■ 保証書（別添付）

お買い上げ日・販売店名などの記入を必ず確かめ、お買い上げの販売店からお受け取りください。
よくお読みのあと、保管してください。

保証期間：お買い上げ日から本体 1 年間

（ただし、焼き網・パッキンは、消耗部品ですので、保証期間内でも「有料」とさせていただきます。）

■ 補修用性能部品の保有期間 5 年

当社は、このマルチグリラーの補修用性能部品を、製造打ち切り後５年保有しています。
注）補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

修理を依頼されるとき

「故障かな？」（P.25）に従ってご確認のあと、直らないときは、まず電源プラグを抜いて、**お買い上げの販売店**へご連絡ください。

- **保証期間中は**
  保証書の規定に従ってお買い上げの販売店が修理をさせていただきますので、恐れ入りますが、製品に保証書を添えてご持参ください。
- **保証期間を過ぎているときは**
  修理すれば使用できる製品については、ご要望により修理させていただきます。下記修理料金の仕組みをご参照のうえご相談ください。
- **修理料金の仕組み**
  修理料金は、技術料・部品代などで構成されています。
  技術料 は、診断・故障個所の修理および部品交換・調整・修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。
  部品代 は、修理に使用した部品および補助材料代です。

ご連絡いただきたい内容	
製品名	マルチグリラー
品番	NF－MG1
お買い上げ日	年　月　日
故障の状況	できるだけ具体的に

ご相談窓口における個人情報のお取り扱い

パナソニック株式会社およびその関係会社は、お客様の個人情報やご相談内容を、ご相談への対応や修理、その確認などのために利用し、その記録を残すことがあります。また、折り返し電話させていただくときのため、ナンバー・ディスプレイを採用しています。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に提供しません。お問い合わせは、ご相談された窓口にご連絡ください。

「よくあるご質問」「メールでのお問い合わせ」などはホームページをご活用ください。
http://panasonic.jp/support

修理に関するご相談

パナソニック 修理ご相談窓口

ナビダイヤル（全国共通番号） 0570-087-087

- 呼出音の前にNTTより通話料金の目安をお知らせします。
- 携帯電話・PHS・IP/光電話等、ナビダイヤルがご利用できない場合は、最寄りの修理ご相談窓口に直接おかけください。
- 最寄りの修理ご相談窓口は、次ページをご覧ください。

使いかた・お買い物などのご相談

パナソニック お客様ご相談センター

365日／受付9時～20時

電話 フリーダイヤル 0120-878-365（パナは 365日）
■携帯電話・PHSでのご利用は… 06-6907-1187
FAX フリーダイヤル 0120-878-236

Help desk for foreign residents in Japan
Tokyo (03) 3256-5444 **Osaka** (06) 6645-8787
Open : 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays/Sundays/national holidays)

※電話番号をよくお確かめの上、おかけください。

パナソニック 修理ご相談窓口

ナビダイヤル（全国共通番号） 0570-087-087

- 呼出音の前にNTTより通話料金の目安をお知らせします。
- 携帯電話・PHS・IP/光電話等、ナビダイヤルがご利用できない場合は、最寄りの修理ご相談窓口に直接おかけください。
- 地区・時間帯によって、集中修理ご相談窓口に転送させていただく場合がございます。

北海道地区

- **札幌** 札幌市厚別区厚別南2丁目17-7 ☎(011)894-1251
- **旭川** 旭川市2条通16丁目1166 ☎(0166)22-3011
- **帯広** 帯広市西20条北2丁目23-3 ☎(0155)33-8477
- **函館** 函館市西桔梗589番地241（函館流通卸センター内） ☎(0138)48-6631

東北地区

- **青森** 青森市大字浜田字豊田364 ☎(017)775-0326
- **秋田** 秋田市外旭川字小谷地3-1 ☎(018)868-7008
- **岩手** 盛岡市厨川5丁目1-43 ☎(019)645-6130
- **宮城** 仙台市宮城野区扇町7-4-18 ☎(022)387-1117
- **山形** 山形市平清水1丁目1-75 ☎(023)641-8100
- **福島** 郡山市亀田1丁目51-15 ☎(024)991-9308

首都圏地区

- **栃木** 宇都宮市上戸祭3丁目3-19 ☎(028)689-2555
- **群馬** 前橋市箱田町325-1 ☎(027)254-2075
- **茨城** つくば市筑穂3丁目15-3 ☎(029)864-8756
- **埼玉** 桶川市赤堀2丁目4-2 ☎(048)728-8960
- **千葉** 千葉市中央区末広5丁目9-5 ☎(043)208-6034
- **東京** 東京都世田谷区宮坂2丁目26-17 ☎(03)5477-9780
- **山梨** 甲府市宝1丁目4-13 ☎(055)222-5822
- **神奈川** 横浜市港南区日野5丁目3-16 ☎(045)847-9720
- **新潟** 新潟市東区東明1丁目8-14 ☎(025)286-0180

中部地区

- **石川** 金沢市横川3丁目20 ☎(076)280-6608
- **富山** 富山市根塚町1丁目1-4 ☎(076)424-2549
- **福井** 福井市問屋町2丁目14 ☎(0776)21-0622
- **長野** 松本市寿北7丁目3-11 ☎(0263)86-9209
- **静岡** 静岡市葵区千代田7丁目7-5 ☎(054)287-9000
- **愛知** 名古屋市瑞穂区塩入町8-10 ☎(052)819-0225
- **岐阜** 岐阜市中鶉4丁目42 ☎(058)278-6720
- **高山** 高山市花岡町3丁目82 ☎(0577)33-0613
- **三重** 津市久居野村町字山神421 ☎(059)254-5520

近畿地区

- **滋賀** 栗東市霊仙寺1丁目1-48 ☎(077)582-5021
- **京都** 京都市伏見区竹田中川原町71-4 ☎(075)646-2123
- **大阪** 大阪市城東区関目2丁目15-5 ☎(06)6359-6225
- **奈良** 大和郡山市筒井町800番地 ☎(0743)59-2770
- **和歌山** 和歌山市中島499-1 ☎(073)475-2984
- **兵庫** 神戸市須磨区弥栄台3丁目13-4 ☎(078)796-3140

中国地区

- **鳥取** 鳥取市安長295-1 ☎(0857)26-9695
- **米子** 米子市米原4丁目2-33 ☎(0859)34-2129
- **松江** 松江市平成町182番地14 ☎(0852)23-1128
- **出雲** 出雲市渡橋町416 ☎(0853)21-3133
- **浜田** 浜田市下府町327-93 ☎(0855)22-6629
- **岡山** 岡山市田中138-110 ☎(086)242-6236
- **広島** 広島市西区南観音1丁目13-5 ☎(082)295-5011
- **山口** 山口市小郡下郷220-1 ☎(083)973-2720

四国地区

- **香川** 高松市勅使町152-2 ☎(087)868-6388
- **徳島** 徳島市沖浜2丁目36 ☎(088)624-0253
- **高知** 高知市仲田町2-16 ☎(088)834-3142
- **愛媛** 愛媛県伊予郡砥部町八倉75-1 ☎(089)905-7544

九州地区

- **福岡** 春日市春日公園3丁目48 ☎(092)593-9036
- **佐賀** 佐賀市鍋島町大字八戸字上深町3044 ☎(0952)26-9151
- **長崎** 長崎市東町1919-1 ☎(095)830-1658
- **大分** 大分市萩原4丁目8-35 ☎(097)556-3815
- **宮崎** 宮崎市本郷北方字草葉2099-2 ☎(0985)63-1213
- **熊本** 熊本市健軍本町12-3 ☎(096)367-6067
- **天草** 天草市港町18-11 ☎(0969)22-3125
- **鹿児島** 鹿児島市与次郎1丁目5-33 ☎(099)250-5657
- **大島** 奄美市名瀬朝仁町11-2 ☎(0997)53-5101

沖縄地区

- **沖縄** 浦添市城間4丁目23-11 ☎(098)877-1207

所在地、電話番号が変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。

0608

仕様

項目		仕様
電源		交流 100 V　50／60 Hz 共用
消費電力		1300 W
焼き方式		両面焼き
自動調理		6メニュー　●生・姿焼き　●切身/干物　●つけ焼き　●とり肉　●ローストビーフ　●焼きいも
手動調理	温度設定	7段階（200 ～ 280 ℃）
	タイマー	1 ～ 30 分（1 分刻み）
大きさ（約）	外寸	幅 45.0 cm　奥行 35.5 cm　高さ 18.5 cm
	庫内	幅 32.8 cm　奥行 22.3 cm　高さ　5.2 cm
質量（約）		5.4 kg
コード長さ（約）		1.0 m

●電源プラグを差し込んだだけでの消費電力は、約 0.2 W です。（すべてのランプが消灯）

愛情点検　長年ご使用のマルチグリラーの点検を！

こんな症状はありませんか

- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
- コードに傷が付いたり、触れると通電したりしなかったりする。
- 本体が変形したり、異常に熱い。
- ヒーターが割れている。
- 電源が切れずに、通電し続ける。

▶

ご使用中止

故障や事故防止のため、使用を中止し、コンセントから電源プラグを抜いて、必ず販売店に点検をご相談ください。

便利メモ（おぼえのため、記入されると便利です）

お買い上げ日	年　月　日	販売店名
品番	NF-MG1	☎（　　）　－

パナソニック株式会社　クッキング機器ビジネスユニット
〒 673 － 1447　兵庫県加東市佐保 5 番地

FZ50-181
S0109Y0